

Husk

Pass på at du er ansvarlig ved bruk av antibiotika når du *har* bruk for dem

- Antibiotika virker ikke mot forkjølelse eller influensa
- Vær ansvarlig ved bruk av antibiotika, og bruk det bare når de forskrives av lege
- Det er alles ansvar å sørge for at antibiotika fortsatt er en effektiv behandling

Hvis du får en resept på antibiotika, må du følge legens anvisninger for å redusere risikoen for å utvikle resistente bakterier til et minimum.

Hvis du ikke følger anvisningene til punkt og prikke, dvs. hvis du for eksempel forkorter behandlingstiden, hvis du tar en lavere dose eller ikke tar medisinen til riktig tid slik det er forskrevet av lege, kan bakteriene bli resistente mot antibiotika.

Du kan bli bærer av resistente bakterier, og også overføre dem til andre. Det kan føre til at du og andre står i fare for å ikke få hjelp av antibiotika neste gang du trenger dem.

- Følg legens råd om når og hvordan du skal ta antibiotika
- Ikke bruk rester av antibiotika
- Spør legen eller apoteket om hvordan du kan kvitte deg med resten av antibiotika

Du finner mer informasjon om bruk av antibiotika på:
<http://antibiotic.ecdc.europa.eu>

EUROPEAN
ANTIBIOTIC
AWARENESS DAY



A European Health Initiative



Bevissthet rundt antibiotika

Bidra til at antibiotika kan brukes effektivt

Bakterier som er resistente mot antibiotika er et stadig mer alvorlig helseproblem

Antibiotika har i mange tiår kurert livstruende infeksjoner. I løpet av de senere år har imidlertid uriktig bruk av antibiotika ført til en utvikling og spredning av bakterier som er resistente mot antibiotika.

Når noen får infeksjoner forårsaket av resistente bakterier, vil antibiotika ikke lenger være en effektiv behandling, og det kan ta lenger tid før du blir frisk. Sykdommen kan i noen tilfeller bli mer alvorlig.

- **Det er alles ansvar å sørge for at antibiotika fortsatt er en effektiv behandling**
- **Ansvarlig bruk av antibiotika kan bidra til å stanse fremveksten av resistente bakterier**
- **Ved å stanse resistente bakterier forblir antibiotika en effektiv behandling også for fremtidige generasjoner**

Ta antibiotika kun når det er helt nødvendig

Antibiotika skal bare brukes når det er nødvendig, da overforbruk kan gjøre bakterier resistente mot antibiotika.

Det hjelper deg ikke å ta antibiotika når det ikke er nødvendig. Antibiotika virker for eksempel IKKE på sykdommer som skyldes virus, som vanlig forkjølelse eller influensa. I de fleste tilfeller skal immunsystemet ditt være i stand til å bekjempe enkle infeksjoner. Antibiotika gjør deg ikke frisk og hindrer ikke at virus sprer seg til andre personer.

Bare en lege kan stille riktig diagnose og ta avgjørelsen om hvorvidt det er nødvendig med antibiotikabehandling.

- **Ikke ta antibiotika som fås uten resept**
- **Hvis du er forkjølet eller har influensa, og legen din vurderer at du ikke trenger antibiotika, må du behandle deg selv for å bli bedre**
- **Hvis symptomene ikke blir bedre eller til og med blir verre innenfor tidsrammen angitt av legen din, må du kontakte legen for en ny vurdering**

EUROPEAN
ANTIBIOTIC
AWARENESS DAY



A European Health Initiative



Forkjølet? Influensa?

Ta vare på deg selv og ikke bruk antibiotika unødvendig!

Dette gjør du hvis du er forkjølet eller har influensa, og legen din ikke forskriver antibiotika:

1. **Hvil og ta vare på deg selv** for å bli bedre
2. **Drikk mye væske** slik at du unngår å bli dehydrert
3. **Spør legen om det finnes annen ikke-antibiotisk behandling** som kan lindre symptomene (tett nese, sår hals, hoste osv.)

Hvis symptomene ikke blir bedre eller til og med blir verre innenfor tidsrammen som ble angitt av legen din, må du kontakte legen for en ny vurdering.